

Estrés laboral y síndrome de burnout durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana**Work stress and burnout syndrome during the pandemic in teachers of a Peruvian educational association**VILCHEZ JULON, Juanito¹; HUMPIRE MOLINA, David Josué²; GABRIEL PÉREZ, Talita³^{1,3}Universidad Peruana Unión²Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle**RESUMEN**

La mayoría de los sistemas educativos en todo el mundo, las escuelas en Perú recurrieron a la enseñanza en línea a fines de marzo del 2020, después de que las clases presenciales se detuvieron por el brote de la pandemia de COVID-19. Si bien pocos maestros estaban preparados para impartir sus lecciones en línea en este escenario el estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés laboral y síndrome de burnout durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana. El estudio fue cuantitativo, correlacional, transversal y de diseño no experimental, donde la muestra estuvo conformada por 105 docentes donde fueron seleccionados a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los resultados encontrados revelan que el coeficiente de correlación ρ de Pearson indica que sí existe relación positiva altamente significativa entre el estrés y el síndrome de Burnout ($\rho = .74$; $p < .01$) y sus dimensiones Cansancio Emocional ($\rho = .77$; $p < .01$), Despersonalización ($\rho = .58$; $p < .01$) y Falta de Realización Personal ($\rho = .49$; $p < .01$). Se concluye, a mayor estrés en la población docente habrá mayor síndrome de burnout, como también agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal durante la pandemia.

Palabras clave: Pandemia, Estrés laboral, síndrome de burnout, agotamiento emocional, despersonalización, falta de realización personal.

ABSTRACT

Most education systems around the world, schools in Peru turned to online teaching in late March 2020, after face-to-face classes were halted due to the outbreak of the COVID-19 pandemic. Although few teachers were prepared to teach their lessons online in this setting, the study aimed to determine the relationship between job stress and burnout syndrome during the pandemic in teachers of a Peruvian educational association. The study was quantitative, correlational, cross-sectional and of a non-experimental design, where the sample consisted of 105 teachers who were selected through a non-probabilistic convenience sampling. The results found reveal that Pearson's correlation coefficient ρ indicates that there is a highly significant positive relationship between stress and Burnout syndrome ($\rho = .74$; $p < .01$) and its Emotional Tiredness dimensions ($\rho = .77$; $p < .01$), Depersonalization ($\rho = .58$; $p < .01$) and Lack of Personal Fulfillment ($\rho = .49$; $p < .01$). It is concluded that the greater stress in the teaching population, there will be greater burnout syndrome, as well as emotional exhaustion, depersonalization and lack of personal fulfillment during the pandemic.

Keywords: Pandemic, work stress, burnout syndrome, emotional exhaustion, depersonalization, lack of personal fulfillment.

© Los autores. Este artículo es publicado por la Revista UCV HACER Campus Chiclayo. Este es un artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons Atribución - No Comercial - Compartir Igual 4.0 Internacional. (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), que permite el uso no comercial, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original sea debidamente citada.

Recibido: 08 de agosto de 2021**Aceptado:** 07 de octubre de 2021**Publicado:** 13 de octubre de 2021

¹Psicólogo, Magíster en Terapia Familiar con Intervención Sistemática, e-mail: juanitovilchez@upeu.edu.pe,  <https://orcid.org/0000-0003-4760-6547>

²Licenciado en Arte y Música, Magíster en Música, e-mail: davidhumpire@upeu.edu.pe,  <https://orcid.org/0000-0002-7217-1170>

³Contador Público, e-mail: talitagabriel@upeu.edu.pe,  <https://orcid.org/0000-0001-8611-054X>

INTRODUCCIÓN

La pandemia COVID-19 afectó todas las facetas de la vida incluida la escolarización (Marshall, Shannon y Savanna 2020); como también el entorno laboral cambia continuamente en la sociedad actual con economías globalizadas, nuevas políticas y tecnologías, que han generado nuevos desafíos para los docentes (Shen y Paul 2021); siendo el sector educación media el más influenciado. La profesión docente es una de las profesiones más estresantes (Adewale, Ghavifekr y Abdulsalam 2017).

Asimismo, más de un tercio de profesionales de educación han experimentado un trabajo estresante en el último año académico en todo el mundo durante la pandemia (Asaloei, Wolomasi & Werang 2020). El estrés se define como la presión excesiva que enfrentan los docentes experimentando emociones desagradables frente a su trabajo. El estrés puede ser el resultado tanto de factores externos como de los propios rasgos de personalidad del individuo. (Harmsen, Helms-Lorenz, Maulana y Van 2018); mientras que el síndrome de burnout se define como una combinación de inactividad personal, pérdida de personalidad y agotamiento emocional, que provocan estrés crónico en la salud (Hassanzade-Daloe, Akbari-Rad y Karizi 2020); lo cual impide la eficacia del trabajo en los docentes (Salahshour y Esmaili 2021).

A la luz de la pandemia de la COVID-19, ha habido un aumento significativo en los incidentes de estrés laboral debido a nuevos patrones de trabajo, aislamiento y problemas de salud física (Brar, y Singh 2020); en este contexto el síndrome de burnout y el agotamiento físico se han vuelto aún más pronunciados. Donde el estrés afecta el comportamiento, el desempeño, la satisfacción laboral y el compromiso (Serinikli, 2019), teniendo como causas principales del burnout los problemas interpersonales, visiones discordantes, falta de motivación de los estudiantes y falta de apoyo de la institución (Salahshour y Esmaili 2021).

Respecto a su prevalencia del estrés laboral en entornos de pandemia están aumentando en todo el mundo donde el 92,2% lo experimentó (Delgado-Gallegos, et, al 2020); Asimismo, un estudio en una muestra de 716 docentes el 70%

tuvo estrés, el 67,5% ansiedad, el 42,3% depresión (Perveen, Hamzah, Otham y Ramlee 2020). Del mismo modo, con la variable burnout el 65% presentó un agotamiento emocional alto, el 92% despersonalización y 51% en logros personales (Pappa, et al 2021).

En este contexto, surge la necesidad de investigar los fenómenos mencionados, más aun en una población con características cristianas por lo que se consideró pertinente realizar el estudio. En este sentido, el estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre el estrés laboral y síndrome de burnout durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana.

METODOLOGÍA

El estudio siguió un enfoque cuantitativo, correlacional, de corte transversal y diseño no experimental. Se trata de un estudio cuantitativo debido a que se utiliza escalas el cual permitió recolectar la información; es correlacional ya que se buscó relacionar las variables de estrés laboral y el síndrome de burnout durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana. Asimismo, es transversal ya que la recolección se realizó en un único momento. Finalmente, es no experimental ya que en el estudio solo se observó a las variables (Cabezas, Andrade y Torre 2018).

La población objetivo identificada del estudio fue el personal docente de una asociación educativa adventista peruana ubicada en Lima Metropolitana, donde el 7.6% fueron del nivel inicial, el 42.9% del nivel primaria y el 49.5% fueron docentes del nivel secundario. Asimismo, la población estudiada estuvo representada por 140 docentes cuyas edades fluctuaban entre 20 a 65 años donde el 33.3% fueron varones y el 66.7% mujeres, donde fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia quedando conformado por 105 docentes. Asimismo, debido a la COVID-19 los participantes respondieron los cuestionarios de estrés laboral y el síndrome de burnout mediante Google Formularios donde estuvo habilitado desde 03 al 18 de diciembre del 2020 donde fue distribuido en primera instancia a los directores de cada institución educativa y seguidamente al personal docente mediante WhatsApp y correo electrónico. En esta línea, es necesario precisar

que el trabajo contemplado es proveniente de una tesis.

Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Estrés Laboral de Parihuamán, (2017) el cual evalúa el estrés laboral está constituida por una escala liker con alternativas de respuestas donde: 1= Totalmente en desacuerdo; 2= En desacuerdo; 3= Indiferente; 4= De acuerdo; 5= Totalmente de acuerdo. Asimismo, posee seis dimensiones: Estrés por ansiedad (ítems 1 al 17), estrés por depresión (ítems 18 al 25), estrés por creencias desadaptativas (ítems 26 al 28), estrés por presiones (ítems 29 al 37), estrés por desmotivación (ítems 38 al 49) y estrés por mal afrontamiento (ítems 50 al 55). Por otro lado, se verificó la confiabilidad obteniendo un coeficiente global de 0.95 de Alpha de Cronbach lo que revela que el instrumento posee una alta consistencia interna. De manera similar, ocurre con las dimensiones: estrés por ansiedad 0,93, estrés por depresión 0,93, estrés por creencias desadaptativas 0,66, estrés por presiones 0,79, estrés por desmotivación 0,71, estrés por mal afrontamiento 0,75.

La escala del síndrome de burnout inicialmente fue desarrollado por Maslach el cual busca evaluar el síndrome de burnout; posteriormente fue analizado en España por Moreno, Garrosa y Gonzales (2000); y validado en el Perú por Choy (2017) donde tiene el propósito de evaluar el estado cognitivo del docente en el campo académico; la escala posee alternativas de respuesta de tipo liker donde: 1= Totalmente en desacuerdo; 2= En desacuerdo; 3= Indiferente; 4= De acuerdo y 5= Totalmente de acuerdo. Asimismo, posee tres dimensiones: cansancio emocional (ítems 1,2,6,11,12,15,17,18), despersonalización (ítems 3,7,8,14) y falta de realización personal (ítems 4,5,9,10,13,16,19). Respecto a su confiabilidad se obtuvo un coeficiente global de Alpha de Cronbach de 0.91 lo que evidencia una alta consistencia interna. De manera semejante, ocurre con las dimensiones: cansancio emocional 0,85, despersonalización, 0,56 y falta de realización personal 0,69.

El estudio se llevó a cabo de acuerdo con los estándares éticos. Se informó a los participantes sobre la información del estudio y sus derechos a participar y retirarse durante la investigación. Se aseguró la confidencialidad y el anonimato informando a los participantes en la parte inicial

del cuestionario en Google Formularios.

Asimismo, se explicó que los datos recopilados solo se utilizaron con fines de la investigación y se protegieron adecuadamente obedeciendo a los principios de Helsinki. Asimismo, el estudio tuvo como criterios de inclusión que los docentes se encuentran trabajando en el periodo 2020; de modo diferente el criterio de exclusión fueron los docentes que no tuvieron la voluntad de participar en el estudio, como también el personal administrativo y de mantenimiento. Por otro lado, después de haber recolectado los datos se procedió a utilizar la estadística descriptiva, como la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar la normalidad de los datos. Finalmente, para responder a las hipótesis formuladas se utilizó la prueba de Pearson y Spearman.

RESULTADOS

Resultados descriptivos

Tabla 1

Niveles de estrés laboral durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana.

	Bajo		Medio		Alto	
	n	%	n	%	n	%
Estrés Laboral	30	28.5%	49	46.6%	26	24.7%
Estrés por ansiedad	28	26.6%	51	48.5%	26	24.7%
Estrés por depresión	31	29.5%	49	46.6%	25	23.8%
Estrés por creencias desadaptativas	31	29.5%	61	58%	13	12.3%
Estrés por presiones	27	25.7%	56	53.3%	22	20.9%
Estrés por desmotivación	30	28.5%	51	48.5%	24	22.8%
Estrés por mal afrontamiento	41	39%	43	40.9%	21	20%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 1 el 46.67% de los participantes presenta un nivel medio de estrés. La mayoría de encuestados presenta niveles medios respecto a las dimensiones de las variables: estrés por ansiedad (48.57%), estrés por depresión (46.67%), estrés por creencias desadaptativas (58.09%), estrés por presiones (53.33%), estrés por desmotivación (48.57%) y estrés por mal afrontamiento (40.95%).

Tabla 2

Niveles de estrés laboral según sexo durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana.

	Masculino		Femenino	
	n	%	n	%
Bajo	9	25.7%	21	30%
Medio	13	37.1%	36	51.4%
Alto	13	37.1%	13	18.6%

Fuente. Elaboración propia.

En la tabla 2 se aprecia que la mayoría de los participantes varones tiene niveles similares de estrés medio y alto (37.1%); respecto a las participantes mujeres, la mayoría (51.4%) presenta niveles medios de estrés.

Tabla 3

Niveles de síndrome de burnout durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana.

	Bajo		Medio		Alto	
	n	%	n	%	n	%
Síndrome de Burnout	28	26.6%	53	50.4%	24	22.8%
Cansancio Emocional	31	29.5%	51	48.5%	23	21.9%
Despersonalización	35	33.3%	54	51.4%	16	15.2%
Falta de Realización Personal	34	32.3%	48	45.7%	23	21.9%

Fuente. Elaboración propia.

En la tabla 3 el 50.47% de los participantes presenta un nivel medio de síndrome de burnout. La mayoría de encuestados presenta niveles medios respecto a las dimensiones de la variable: Cansancio emocional (48.57%), Despersonalización (51.42%), Falta de Realización Personal (45.71%).

Tabla 4

Niveles de síndrome de burnout según sexo durante la pandemia.

	Masculino						Femenino					
	Bajo		Medio		Alto		Bajo		Medio		Alto	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Síndrome de Burnout	9	25.7%	14	40%	12	34.3%	19	27.1%	39	55.7%	12	17.1%
Cansancio Emocional	10	28.6%	15	42.9%	10	28.6%	21	30%	36	51.4%	13	18.6%
Despersonalización	8	22.9%	21	60%	6	17.1%	27	38.6%	33	47.1%	10	14.3%
Falta de Realización Personal	8	22.9%	18	51.4%	9	25.7%	26	37.1%	30	42.9%	14	20%

Fuente. Elaboración propia.

Según la tabla 4, el 40% de los hombres presenta síndrome de burnout a niveles medios, mientras el 34.3% se encuentra en un nivel alto. Respecto a las mujeres, un 55.7% presenta un nivel medio de síndrome de burnout mientras que el 17.1%, un nivel alto. Asimismo, en las dimensiones de la variable se encuentra mayor frecuencia en las categorías medias de Cansancio Emocional, Despersonalización y Falta de Realización Personal tanto para hombres como para mujeres.

PRUEBA DE NORMALIDAD

Tabla 5

Prueba de bondad de ajuste a la curva normal de las variables de estudio.

Variables	Media	D.E.	K-S	P
Estrés Laboral	141.28	28.24	0.076	0.557
Síndrome de Burnout	36.34	10.01	0.091	0.323
Cansancio Emocional	16.32	5.78	0.117	0.106
Despersonalización	6.57	2.05	0.134	0.042
Falta de Realización Personal	13.45	3.75	0.069	0.669

Fuente. Elaboración propia.

En la tabla 5 presenta los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S). Los datos correspondientes a las variables de estrés laboral y síndrome de burnout presentan una distribución normal dado que el coeficiente obtenido es significativo ($p > 0.05$). Por tanto, para los análisis estadísticos correspondientes se empleará estadística paramétrica, excepto por la dimensión Despersonalización cuyo resultado fue no significativo ($p < 0.05$).

Tabla 6

Análisis de correlación entre las variables de estudio.

	Estrés Laboral	
	Correlación	p
Síndrome de Burnout ^a	.74***	0.000
Cansancio Emocional ^a	.77***	0.000
Despersonalización ^b	.58***	0.000
Falta de Realización Personal ^a	.49***	0.000

^aR de Pearson ^bRho de Spearman

En la tabla 6 el coeficiente de correlación ρ de Pearson indica que sí existe relación positiva altamente significativa entre el estrés y el síndrome de Burnout ($\rho = .74$; $p < .01$) y sus dimensiones Cansancio Emocional ($\rho = .77$; $p < .01$), Despersonalización ($\rho = .58$; $p < .01$) y Falta de Realización Personal ($\rho = .49$; $p < .01$).

DISCUSIÓN

El estudio desarrollado tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés laboral y el síndrome de burnout durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana. Lo encontrado evidencia que existe relación positiva ($\rho = .74$; $p < .01$), lo que revela que a mayores niveles de estrés habrá mayor síndrome de burnout en los docentes del nivel inicial, primaria y secundaria. Esto muestra concordancia con la teoría de Lazarus y Folkman (1984) donde explican que el estrés está relacionado entre el docente y el ambiente. De igual forma, Jason, Hastings y Noone (2009) afirmaron que un desajuste entre la persona y el entorno puede llevar a una tensión experimentada por la sobrecarga de roles, la ambigüedad de roles y el conflicto de roles. Lo encontrado guarda relación con el estudio de Freyre, Del Aguila y Coral (2020) quienes precisan que la presencia del síndrome de burnout durante la pandemia está ligada a las estrategias de afrontamiento que utiliza el individuo. En esta línea, Lazarus (1999) precisa el afrontamiento centrado en el problema es donde el docente busca información y utiliza para cambiar su comportamiento. Por otro lado, el afrontamiento centrado en las emociones implica que el docente maneja la angustia emocional. Por su parte, Leon, Lora y Rodríguez (2021) encontró relación inversa lo que indica que la actividad física, administración del tiempo y la recreación conduce al docente a poseer una salud emocional estable y está ligado al bajo estrés laboral.

De igual forma, se encontró relación positiva ($\rho = .77$; $p < .01$) entre el estrés laboral y el cansancio emocional durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana. Al respecto se puede deducir que los docentes tienden a experimentar mayores niveles de estrés habrá mayor cansancio emocional. Lo encontrado se debe que los participantes presentan dificultades para desarrollar sus actividades con tranquilidad generando en ellos problemas de respiración, temor, agresividad, alteración de sus hábitos alimenticios y sensación de llorar debido a los cambios en la cual vienen desarrollando sus clases de forma online a causa de la COVID-19. Lo resultados encontrados concuerdan con lo hallado por Navinés, Olivé, Fonseca, Martín-Santos (2021) quienes sostienen que el estrés se produce cuando las demandas labores y las

presiones no se corresponden con los conocimientos y habilidades del docente y exceden su capacidad de afrontamiento. De igual forma, Navinés, Martín-Santos, Olivé y Valdés (2016) sostuvieron que todo trabajador experimenta presión en el trabajo, pero cuando el docente percibe que las demandas están más allá de sus recursos para sobrellevar la situación el estrés laboral y el riesgo del agotamiento pueden ocurrir. En tal sentido, Thatrimontrichai, Weber y Apisarnthanarak (2021) mencionan que el estrés está relacionado con el trabajo, el mismo que afecta el funcionamiento biológico del cuerpo. La sensación de falta de control ante los múltiples factores estresantes surgido mediante la aparición de la pandemia los docentes se enfrentan a diario puede que en algunos casos el docente experimente un estrés incontrolable que afecte el funcionamiento del cerebro.

De modo similar, se encontró relación positiva ($\rho = .58$; $p < .01$) entre el estrés laboral y la despersonalización durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana. Lo que indicaría que a mayor estrés mayor despersonalización en la población en estudio o viceversa; en tanto no se puede precisar con exactitud cuál de las dos variables está influyendo pero se presume que los docentes gestionan sus emociones frente a sus estudiantes mostrando sentimientos de empatía o en este escenario de pandemia se sienten extraños consigo mismos debido a la presión de los administrativos o a los comportamientos de sus estudiantes. Lo encontrado guarda relación con el trabajo de Granados, et al (2019) donde sostienen que el estrés, la ansiedad y la depresión produce altos niveles de despersonalización. Por su parte, Makhdoom, Atta y Malik (2019) indican que los síntomas del agotamiento laboral son el resultado del estrés en el trabajo y los factores estresantes causan frustración y despersonalización entre los docentes. De modo similar, Pressley, (2021) indicó que el estrés por COVID-19, ansiedad, ansiedad actual por la enseñanza, ansiedad al comunicarse con los padres y la falta de apoyo administrativos son predictores para la despersonalización. Sin embargo, Shen y Paul (2021) revelaron que la enfermedad de COVID-19 género en los docentes una salud mental y emocional deficiente.

De igual forma, se halló relación positiva ($\rho = .49$; $p < .01$) entre el estrés laboral y la falta de

realización personal durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana. Lo que se interpreta que, a mayores niveles de estrés mayores niveles de falta de realización personal en la población docente. Estos resultados se deben a que los participantes muestran una actitud positiva hacia su trabajo o algunos lo perciben como algo que no logra satisfacer sus necesidades por lo que enseñar les agota emocionalmente. En este sentido, Alava, Avila y Castro (2021) sostuvieron que antes y durante la pandemia los docentes presentaron niveles altos de estrés; siendo los factores desencadenantes en el 2020 la adaptación de la TIC, exceso de trabajo y la falta de organización. Por su parte, De Arco y Castillo (2020) precisan que el encierro, la modalidad de trabajar en casa, son generadores de problemas mentales, lo que explicaría la presencia de estrés y la desmotivación del desarrollo personal en los educadores. Sin embargo, Espinosa, Moran y Granados (2021) resaltaron que los docentes han desarrollado conductas resilientes y la capacidad de prepararse con tecnologías actuales que fortalezcan la enseñanza.

CONCLUSIONES

El estudio muestra la relación altamente significativa entre el estrés laboral y el síndrome de burnout durante la pandemia en docentes de una asociación educativa peruana. Asimismo, se encontró relación entre el estrés y las dimensiones del síndrome del burnout. Por lo tanto, permite predecir de que los docentes experimentan mayor estrés tendrán mayor síndrome de burnout como también agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal durante la enseñanza online a causa de la pandemia.

Por otro lado, el estudio tuvo limitaciones ya que la recolección de los datos se realizó mediante un cuestionario en línea lo cual dificultó observar el comportamiento como estimular a que respondan con sinceridad. Otra dificultad, fue que los instrumentos no se encuentran validados en contexto de la COVID-19 y en entornos virtuales y la muestra estuvo conformada por 105 docentes en su mayoría fueron mujeres.

Finalmente, se recomienda a los investigadores realizar estudios de validación de los instrumentos

en contextos de pandemia; como también, ver la influencia de ambas variables mediante análisis de regresión lineal.

REFERENCIAS

- Adewale, A., Ghavifekr, S., y Abdulsalam, I. (2017). Impact of stress on academic staff: Implication for higher education management and leadership. *Malaysian Online Journal of Educational Management*, 5(2), 75-91. <https://doi.org/10.22452/mojem.vol5no2.5>
- Alava, D., Avila, M., y Castro, J. (2021). Seroprevalence of covid-19, risk factors and biosecurity protocols in health personnel of the city of Jipijapa-province of Manabí-Ecuador. *Polo Del Conocimiento*, 6(7), 3-18. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i7.2825>
- Asaloei, S. Wolomasi, A., Y., & Werang, B. (2020). Work-related stress and performance among primary school teachers. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 9(2), 352-358. <https://doi.org/10.11591/ijere.v9i2.20335>
- Brar, G., y Singh, N. (2020). Stress management at workplace: An approach focussed on COVID-19. *Indian Journal of Health and Well-Being*, 11, 475-478.
- Cabezas, E., Andrade, D. y Torre, J. (2018). *Introducción a la metodología de la investigación científica*. Recuperado de: <http://repositorio.espe.edu.ec/handle/21000/15424>
- Choy, R. (2017). *Burnout y desempeño laboral en docentes universitarios de una carrera en una universidad privada de Lima Metropolitana*. (Tesis de Maestría) Universidad Peruana Cayetano Heredia. Recuperado de: <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/1011>
- De Arco, P., y Castillo, J. (2020). Síndrome de Burnout en época de pandemia: caso colombiano. *Interconectando Saberes*, (10), 115-123. <https://doi.org/10.25009/is.v0i10.2675>
- Delgado-Gallegos, J., Montemayor-Garza, R., & Padilla-Rivas, G., Franco-Villareal, H., y Islas, J. (2020). Prevalence of stress in healthcare professionals during the covid-

- 19 pandemic in Northeast Mexico: A remote, fast survey evaluation, using an adapted covid-19 stress scales. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207624>
- Espinosa-izquierdo, J., Moran-Peña, F., y Granados-Romero, J. (2021). The Burnout Syndrome and its effect on teacher performance in times of pandemic. *Polo Del Conocimiento*, 6(3), 670–679. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i3.2395>
- Freyre, J., Del Aguila, K. y Coral, N. (2020). *Estilos de afrontamiento y burnout el personal de Salud de la ciudad de Yurimaguas*. (Tesis de Pregrado) Universidad Peruana Unión. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12840/3802>
- Granados, L., Aparisi, D., Inglés, C., Aparicio, M., Fernández, A. y García, J. (2019). ¿Predicen los factores de depresión, ansiedad y estrés la dimensión de la despersonalización y la baja realización personal en el profesorado? *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology.*, 7(1), 83. <https://doi.org/10.30552/ejpad.v7i1.91>
- Harmsen, R., Helms-Lorenz, M., Maulana, R., y Van, K. (2018). The relationship between beginning teachers' stress causes, stress responses, teaching behaviour and attrition. *Teachers and Teaching*, 24(6), 626–643. <https://doi.org/10.1080/13540602.2018.1465404>
- Hassanzade Dalooe M, Akbari Rad M, Rajabzadeh Karizi S, S. M. (2020). Physician Burnout: a Brief review of its definition, causes, and consequences. *Reviews in Clinical Medicine*, 7(4), 150–156. <https://doi.org/10.22038/rcm.2020.51483.1335>
- Jason, D., Hastings, R. y Noone, S. (2009). Staff Stress and burnout in intellectual disability services: work stress theory and its application. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 22, 561–573. <https://doi.org/10.1111/j.1468-3148.2009.00509.x>
- Lazarus, R. (1999). *Stress and Coping: A New Synthesis*. Springer, New York.
- Lazarus R. y Folkman, S. (1984). *Stress, Coping and Adaptation*. Springer New York.
- Leon, P., Lora, M., y Rodriguez, J. (2021). Relationship between lifestyle and work stress in nursing staff in times of COVID-19. *Revista Cubana de Enfermería.*, 37 (6), 1–15. Recuperado de: <http://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/articulo/download/4043/682>
- Makhdoom, I., Atta, M., y Malik, N. (2019). Counterproductive work behaviors as an outcome of job burnout among High school teachers. *Bulletin of Education and Research August 2019*, 41(2), 79-92.
- Marshall, D., Shannon, D., y Savanna, M. (2020). How teachers experienced the COVID-19 transition to remote instruction. *Phi Delta Kappan*, 102(3), 46-50. <https://doi.org/10.1177/0031721720970702>
- Moreno, B. Garrosa, E. y Gonzales, J. (2000). La evaluación del estrés y el burnout del profesorado: el CBP-R. *Revista de Psicología Del Trabajo y de Las Organizaciones.*, 16, 151–171.
- Navinés, R., Olivé, V., Fonseca, F, Martín-Santos, R. (2021). Work stress and resident burnout, before and during the COVID-19 pandemia: An up-date. *Medicina Clinica.*, <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2021.04.003>
- Navinés, R. Martín-Santos, R., Olivé, V., y Valdés, M. (2016). Estrés laboral: implicaciones para la salud física y mental. *Medicina Clinica*, 146(8), 359–366. <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2015.11.023>
- Pappa, S., Athanasiou, N., Sakkas, N., Patrinos, S., Sakka, E., Barmpareassou, Z., Tsirikika, S., Adraktas, A., Pataka, A., Migdalis, I., & Gida, S., Y Katsaounou, P. (2021). From recession to depression? Prevalence and correlates of depression, anxiety, traumatic stress and burnout in healthcare workers during the covid-19 pandemic in greece: a multi-center, cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052390>
- Parihuamán, M. (2017). *Nivel de estrés de los docentes de las instituciones educativas de villa Vicús y Kilómetro 50, distrito de Chulucanas Morropón, Piura*. (Tesis de Maestría) Universidad de Piura. Recuperado de: <https://>

- hdl.handle.net/11042/3022
- Perveen, A., Hamzah, H., Othamn, A., y Ramlee, F. (2020). Prevalence of anxiety, stress, depression among Malaysian adults during COVID-19 pandemic movement control order. *Indian Journal of Community Health*, 32(3), 579–581. <https://doi.org/10.47203/IJCH.2020.v32i03.020>
- Pressley, T. (2021). Factors Contributing to Teacher Burnout During COVID-19. *Educational Researcher*, 5, 325–327. <https://doi.org/10.3102/0013189X211004138>
- Salahshour, F., y Esmaili, F. (2021). The causes of burnout among Iranian EFL Academics: A case study. *Iranian Journal of Language Teaching Research*, 9(1), 123–137. <https://doi.org/10.30466/ijltr.2021.120979>
- Serinikli, N. (2019). İş Stresinin İşten Ayrılma Niyetine Etkisinde Örgütsel Bağlılığın Aracılık Rolü. *Business and Economics Research Journal*, 10(4), 915–928. <https://doi.org/10.20409/berj.2019.210>
- Shen, P., y Paul, S. (2021). The effect of occupational stress and coping strategies on mental health and emotional well-being among university academic staff during the COVID-19 outbreak. *International Education Studies*, 14(3), 82-95. <https://doi.org/10.5539/ies.v14n3p82>
- Thatrimontrichai, A., Weber, D., y Apisarnthanarak, A. (2021). Mental health among healthcare personnel during COVID-19 in Asia: A systematic review. *Journal of the Formosan Medical Association*, 120(6), 1296–1304. <https://doi.org/10.1016/j.jfma.2021.01.023>